Bukan Cepat Move On, Ini 3 Fase Patah Hati Laki-Laki Menurut Psikologi

Prolite – Pernah nggak kamu lihat teman laki-laki yang baru putus cinta atau patah hati, tapi besoknya sudah ketawa-ketiwi, nongkrong, bahkan udah flirting sama orang lain? Kamu mikir, *“Wah, cepet banget move on-nya.”*

Tapi tunggu dulu — jangan salah baca situasi.

Menurut psikologi, apa yang terlihat dari luar seringkali tidak mencerminkan apa yang sedang terjadi di dalam. Laki-laki dan perempuan memang memproses patah hati dengan cara yang sangat berbeda, dan cara laki-laki melakukannya sering disalahpahami, bahkan oleh dirinya sendiri.

Baca Juga:Jerome Bruner dan Cara Belajar yang Membuat Siswa Berpikir, Bukan Sekadar Menghafal

Sebuah studi yang dipublikasikan di *Frontiers in Psychiatry* (2025) menunjukkan bahwa putus cinta bisa berdampak signifikan pada kesejahteraan psikologis, emosional, dan sosial, dan pola dampak ini berbeda antara laki-laki dan perempuan, baik dari sisi waktu maupun caranya. Laki-laki tidak selalu lebih kuat. Mereka hanya lebih lambat menyadarinya.

Yuk, kita bongkar fase-fasenya satu per satu!

Baca Selanjutnya
Wujudkan Event dan Meeting Terbaik di de Braga By ARTOTEL